



Kødpakke

Opskrift 1

Kalvegrydesteg med waldorfsalat og mormor sovs

1,2 kg kalvesteg
Salt og peber
2 tsk olie
2 skalotteløg
1 pastinak
2 tsk olie
1 blegselleritop
1 kvist timian
1 kvist rosmarin
1 laurbærblad
5 dl rødvin
2,5 dl vand

Brun sovs
2 spsk smør
3 spsk mel
5 dl fond
2 spsk balsamico
1 lille tsk kulør

Waldorfsalat
2 hjertesalat, 200 g
4 stilke blegselleri, 120 g
2 æbler, 220 g
100 g grønne druer
50 g valnødder

Dressing
1 dl fraiche 9%
3 spsk mayonnaise
2-3 spsk citronsaft
1 spsk sukker
½ bundt persille gerne bredbladet

Tilbehør
1½ kg kartofler

Dup kødet tørt med køkkenrulle, krydr med salt og peber.

Varm smør og olie ved god varme i en gryde. Brun kødet i 2-3 minutter på hver side. Tag kødet op.

Pil skalotteløg og skræl pastinak. Skær begge dele i grove stykker. Varm olie i gryden ved god varme og svits løg og pastinak i 2-3 minutter. Skyl blegselleritop, timian og rosmarin og bind en krydderbuket med laurbærblad. Kom kødet tilbage i gryden. Tilsæt krydderbuket.

Hæld vin og vand i gryden. Læg låg på og skru ned til svag varme. Lad retten simre i 1½ time. Sluk for varmen og lad kødet stå 1 time i "suppen".

Rør alle ingredienserne sammen til dressingen. Smag til med citronsaft, salt og peber.

Skyl hjertesalat og skær den strimler. Skyl og skræl det yderste af blegselleri stilkene. Skær dem i fine skiver. Skyl æbler og skær dem i fine både. Skyl druerne og halver dem, fjern eventuelle sten. Hak valnødderne. Skyl og hak persille. Dryp dressingen over ved servering.

Tag kødet op og hold det varmt. Si suppen. Kog den ind i 8-10 minutter ved høj varme og uden låg. Hæld fonden i en kande.

Kog kartoflerne.

Smelt smør i gryden ved middel varme og tilsæt mel. Rør rundt et par minutter. Hæld fond i gryden lidt efter lidt, mens der røres/piskes, indtil saucen har en passende konsistens. Tilsæt kulør til en passende farve. Smag til med balsamico, salt og peber.



Uge 24



Kødpakke

Opskrift 2

skinkestrimler i orientalske klæder "wok style"

600 g skinkestrimler
2 spsk. olivenolie
3 gulerødder
1 porre
1 fed hvidløg
Frisk ingefær
½ dl soja (ikke for salt)
2½ dl bouillon
200 g sukkerærter
Evt. majsstivelse
Salt, peber

Tilbehør
2½ dl ris

Dup kødet tørt med køkkenrulle.

Skær gulrod og porre ud i tændstikstynde strimler. Hak hvidløg og ingefær fint.

Brun skinkestrimlerne i en gryde, sauterpande eller wok i 1 spsk. olie ved kraftig varme i 1 1½ minut. Tag dem op på en tallerken.

Steg derefter de tynde strimler af gulerod og porre i 1 spsk. olie i 1 minut. Tilsæt det finthakkede hvidløg og 1 spsk. af det finthakkede ingefær. Vend godt rundt og tilsæt soja og bouillon.

Lad retten simre 5 minutter.

Tilsæt sukkerærter. Jævn evt. retten med majsstivelse udrørt i koldt vand, smag til med salt og peber. Til sidst vendes kødet i retten og den er klar til servering.

Kog risene efter anvisning på pakken.



Uge 24



Kødpakke

Opskrift 3

600 g hakket skinkekød
3 spsk. ketchup
1 nip chili (efter smag)
150 g løg
3 fed hvidløg
1 stk. æg
2 spsk. hvedemel
2 spsk. persille

Smagfuld chipotle kartoffelsalat

650 g kartofler (gerne nye danske)
50 g løg
1 dl mayonnaise
1 dl creme fraiche
2 spsk. dijonsennep
1 tsk. chipotle chili
2 spsk. kapers
100 g grøn peberfrugt
8 stk. cherrytomater
1 drys friske krydderurter

Tilbehør

500 g agurkesalat

*Spicy frikadeller med chipotle
kartoffelsalat og syltede
agurker*

Rør først hakket kalv og flæsk med 1 spsk. salt, derefter kommes ketchup, 1 finthakket løg og chili, presset hvidløg, æg, hvedemel, hakket persille og friskkværnet peber i

Rør farsen godt sammen (køl gerne farsen af 1 time inden den skal grilles)

Grill eller steg frikadellerne ved høj varme i ca. 5 minutter på hver side

Kartoffelsalat

Kog kartofler i letsaltet vand i ca. 20 minutter. Køl kartoflerne af.

Bland mayonnaise, cremefraiche og dijonsennep sammen med chipotle, revet løg, kapers, hakkede syltede agurker, hakket grøn peber, halve cherrytomater og friske krydderurter

Smag til med salt og peber

Tip: Kan serveres med syltede agurker



mad med mere

Uge 24



Kødpakke

Opskrift 4

4 stk. skinkeschnitzler (panerede)
2 tsk. edelsüsspaprika
½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
25 g smør

Paprikasauce

1½ dl grøntsagsbouillon
½ tsk. edelsüsspaprika
1 dl piskefløde
½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber

Tilbehør

600 g broccoli
240 g løse ris, parboiled (ca. 3 dl)

*Panerede skinkeschnitzler med
paprikasauce og broccoli*

Drys skinkeschnitzlerne med paprika, salt og peber. Lad smørret gyldne i en pande, og brun schnitzlerne på begge sider. Steg dem færdige ved svag varme ca. 3 minutter på hver side. Tag schnitzlerne op og hold dem varme.

Paprikasauce

Kog panden af med bouillon. Tilsæt paprika og fløde, og kog saucen godt igennem. Smag til med salt og peber.



mad med mere

Uge 24



Grillspyd med grillet fennikel

Opskrift 5

4 stk. luksus grillspyd
3 fennikler (ca. 500 g)
50 g smør
75 g revet ost
3 spsk. ristede grofthakkede
Hasselnødder

Vask fenniklerne og skær det nederste af bunden - ikke hele bunden, de skal stadig hænger sammen. Skær dem i 1 cm brede skiver og kog dem i ca. 2 minutter i letsaltet vand. Hæld vandet fra og lad dem afdryppe i en sigte.

Grill fennikelskiverne på en grillpande eller en havegrill i ca. 2 minutter på hver side. Anret dem på en fad, fordel smørret henover og drys med ost og nødder.

Grill jeres lækre grillspyd saftige og møre.



mad med mere